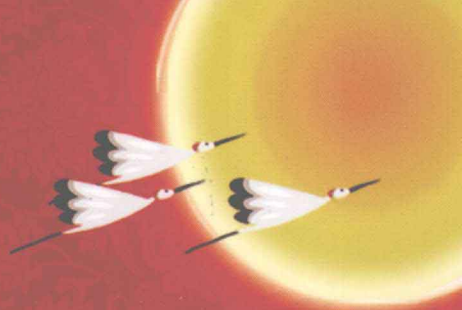


【漫话中华民俗丛书】



中华传统

ZHONGHUA CHUANTONG JIAJIE

宋根启 宋军秀 吴涛/编著

佳节



气象出版社
China Meteorological Press

【漫话中华民俗丛书】

中华传统

ZHONGHUA CHUANTONG JIAJIE

宋根启 宋军秀 吴涛/编著

佳节



气象出版社
China Meteorological Press

图书在版编目(CIP)数据

中华传统佳节/宋根启, 宋军秀, 吴涛编著. —北京: 气象出版社, 2010. 12
ISBN 978-7-5029-5084-2

I. ①中… II. ①宋… ②宋… ③吴… III. ①节日—风俗习惯—中国 IV.
①K892.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第222816号

中华传统佳节

ZHONGHUA CHUANTONG JIAJIE

出版发行: 气象出版社

地 址: 北京海淀区中关村南大街46号

邮 编: 100081

网 址: <http://www.cmp.cma.gov.cn>

E-mail: qxcbs@263.net

电 话: 总编室: 010-68407112 发行部: 010-68409198

责任编辑: 周 露 杨 辉

终 审: 周诗健

封面设计: 周吾设计

责任技编: 都 平

责任校对: 时 人

印 刷 者: 中国电影出版社印刷厂

开 本: 700×1000 1/16

印 张: 13.5

字 数: 190千字

版 次: 2011年1月第1版 2011年1月第1次印刷

印 数: 1—6200

定 价: 36.00元

中華傳統節

胡富國題



胡富國題字

(胡富國 全國政協原常委，現任中國扶貧開發協會會長。)

前言



中华优秀传统文化博大精深、源远流长，其精华如潺潺流水浸润着我们的心灵，影响到我们精神与物质生活的方方面面。而各种传统佳节作为中华优秀传统文化的重要组成部分，更以其丰富多样的节日表情与异彩纷呈的节俗活动，历经长久的流传与演绎，不断彰显着中华文化的独特魅力。

传统节日的形成与传承，需要经历一个漫长的历史文化积淀过程。在我国古代，人们对时间的计算没有现在这么精准，多以节气为节点安排生产和生活，最早记载节气的典籍可以追溯到《夏小正》、《尚书》等。先秦时期，人们对自然界的改变尚缺乏科学认识，为了祈求安稳的生活和好的收成，产生了对自然的原始崇拜，久而久之，便演绎出了许多神话故事，形成了很多节日习俗。在中国传统节俗文化发展史上，唐朝是一个转折点，其以开放的胸怀、包容的性格赋予了传统节日崭新的时代内容。当时，节日已逐渐褪去了原始祭拜的神秘色彩，转变为以娱乐、纪念等为主题的美好佳节。此后，各种佳节的节俗活动内容更兼容并蓄，将体育竞技、传情示爱等内容也吸纳进来，并演变成为一种时尚，千古流传。从此，

传统佳节更成为了人们精神文化生活中不可或缺的一部分。

如今，随着岁月的流逝和时代的变迁，有些传统佳节已淡出了人们的视线，有些节俗文化也已渐趋沉寂，其所承载的厚重的历史文化意义在我们脑海中变得日渐模糊。当一些外国人饶有兴趣地深入中国民间了解、学习我们的传统文化时，我们会突然间心头一热，民族自豪感油然而生。当我们的思绪穿越千古，追溯每一个中华传统佳节的起源与历史传承，那些尘封已久的文化记忆会顿时鲜活起来，使我们感受到春节、清明、端午、中秋、重阳等每一个佳节都是一部长篇史诗，故事生动流畅，剧情跌宕起伏，讲述着一代代炎黄子孙的幸福、感怀与企盼。

尤其是自2008年起国家关于新的节假日制定，将春节、清明、端午、中秋等传统佳节都纳入正式的节日，更彰显它们的重要性。有感于此，笔者编写了这本书。本书采用分门别类的结构方式，按照节日主题将所有传统佳节分为六大类，在每一类中又以时间为序对各个佳节习俗做了系统而细致的介绍。同时，书中穿插很多与佳节相关的传说、典故、诗词，配有大量相关图片，力求将知识性与趣味性融合于一身。相信读者通过阅读本书，可以更加深切地体会到中华传统佳节的独特文化性格与温馨意味。

目录



第一章 辞旧迎新大过年

一、年节食材里荡漾的年味儿 / 2

五豆饭里的“爱恨情仇” / 2

腊八粥的前世今生 / 3

团圆饭“咀嚼”的是一份情感 / 6

历经千年演绎的饺子 / 8

年糕黏住的幸福滋味 / 10

汤圆：香甜沁人的享受 / 10

二、感受年俗活动中的激情与欢悦 / 12

贴春联：快乐伴着墨香晕开 / 12

贴窗花：每朵都充满生趣 / 17

放鞭炮：激情迸发的时刻 / 19

压岁钱：儿时的温暖回忆 / 22

除夕守岁：这个夜晚很欢悦 / 24

拜年：新时代更添新风尚 / 26

三、以祭祀的名义召唤好运 / 28

祭灶：灶王爷的那些事儿 / 28

除夕祭祖：与祖先的年终“神会” / 32

疯狂的七天庙会 / 33

年初三不出门 / 36

年初五接财神 / 36

年初七：袅袅春幡添思念 / 38

四、不同的节俗，同样的快乐 / 40

壮族：伶俐水滋润幸福年 / 40

藏族：开一场假面舞会 / 41

黎族：过路人也可得猎物 / 42

白族：勇敢放飞“高升”的希望 / 42

彝族：男人劳作，女人休息 / 42

苗族：浪漫的“瑶马郎” / 43

景颇族、傈僳族：荷包的诱惑 / 43

哈尼族：秋千上的舞者 / 44

达斡尔族：激情燃烧的“阿涅” / 44

蒙古族：且歌且舞饮婿酒 / 44

第二章 登高赏月盼团圆

一、锣鼓彩灯闹元宵 / 46

元宵节与灯的故事 / 46

送灯祈丁 / 49

紫姑神送吉祥 / 51

走桥散百病 / 52

“偷菜节”里的疯狂 / 53

观灯猜谜的浪漫 / 54

汤圆和元宵的“接力赛” / 55

思念是另一种表情 / 55

二、月上中秋人团圆 / 56

嫦娥奔月的传说 / 56

月饼里圆圆的思念 / 60

月光里的幸福守望 / 61

兔儿爷兴盛的日子 / 63

花灯光圈里集聚的热闹 / 64

“偷”来的幸福 / 65

三、菊花酒里醉重阳 / 66

渐行渐远的节日记忆 / 66

登高“辞青”传佳话 / 68

重阳糕的吉祥意 / 70

重阳菊花处处开 / 71

佩茱萸辟邪气 / 72

忙趁秋风放纸鸢 / 74

“老人节”里醉重阳 / 75



时令节日庆丰年

一、五谷丰登话填仓 / 78

一个仓官的佳话 / 78

吃，一个永不褪色的主题 / 80

有趣的填仓活动 / 82

点灯以祀仓神 / 83

二、春雨淅沥盼春龙 / 84

春龙“苏醒”稼穡忙 / 84

二月二，引龙回 / 85

一个字成就一种习俗 / 86

皇帝耕田揭幕新农事 / 87

拜孔子祈求锦绣前程 / 88

告别正月回娘家 / 89

玉龙和炒豆有段缘分 / 89

煎饼里的恋情 / 90

芥菜饭的皇帝缘 / 91
猪头诗成就一道佳肴 / 92

三、遍尝新米感天恩 / 93

狗尾巴上的稻种 / 93
侗族吃忆苦饭 / 95
苗族祭“田神” / 97
仡佬族请女婿 / 98
其他民族的尝新节习俗 / 99

四、双月长欢庆纳顿 / 101

木匠的灵机一动 / 101
会手舞舞出纳顿高潮 / 102
舞台上演“三国演义” / 103

五、盘王节里耍歌堂 / 104

一次集体盛会 / 104
游神揭幕耍歌堂 / 105
歌堂坪上情歌悠扬 / 105
过九州重温历史 / 106
枪杀法真 / 106



祭祀纪念永流传

一、薄雾细雨寄哀思 / 108

拨开烟云见清明 / 108
春意在柳枝上缠绕 / 110
踏遍春色细雨中 / 111

殷勤扫墓传思敬 / 113
多食彩蛋好强身 / 115
青团有苦也有甜 / 115
敬意裹入子推馍 / 116
秋千荡漾自悠然 / 117
牧童相约去“乞丁” / 118

二、粽叶飘香忆端午 / 119

有关端午的几个传说 / 119
粽子里包裹着对一个诗人的回忆 / 122
百舸争流赛龙舟 / 123
百毒不侵雄黄酒 / 124
迷醉在艾香里 / 125
锋利的“菖蒲剑” / 126
佩戴香囊交好运 / 128
厅堂悬挂钟馗像 / 129

三、天上人间共中元 / 130

给怀念情绪找一个出口 / 130
放河灯照亮魂魄路 / 131
烧冥纸“款待”先祖 / 133
中元普度安亡灵 / 134
五彩面塑展手艺 / 136
面羊相送寓吉祥 / 137
走“孝桥”后献“恩米” / 138

四、十月日冷送寒衣 / 138

与“寒衣节”相关的两个女子 / 138
烧寒衣是一种精神寄托 / 140

五、其他祭祀纪念节日 / 141

朝山节：格姆姑娘的传说 / 141

刀杆节：刀尖上的舞蹈 / 142

青姑娘节：白族的妇女节 / 143

娅拜节：壮族人民的英雄节 / 144



浓情蜜意“情人节”

一、牛郎织女渡鹊桥 / 146

“七夕”源于对自然的崇拜 / 146

牛郎织女的故事 / 147

穿针乞巧祭织女 / 149

拜巧姑，秀手艺 / 152

七巧扁食里的选择 / 153

爱情衍生物之种生求子 / 154

纪念月老之牛 / 155

乞巧果子花样多 / 155

藤下听情话 / 156

乞巧水里的秘密 / 156

送梳子传递爱意 / 158

拜魁星：男子也乞巧 / 159

供奉泥偶“磨喝乐” / 160

祭拜“七娘妈”与“床母” / 160

搭香桥，杀公鸡 / 161

二、三月春暖情花开 / 162

《诗经》里的浪漫记载 / 162

神圣而疯狂的“童子会” / 164

三月三回娘家的争议 / 165

地菜煮鸡蛋 / 166
蒸面燕，打秋千 / 167
吃薄饼祭祖宗 / 168
三月三，踏浪滩 / 168
黎族：三月三“谈爱日” / 169
壮族：三月歌圩 / 171
畲族：谷米的生日 / 171
侗族：花炮节怀念龙王女 / 172

三、“姊妹饭节”传爱意 / 173

每个故事都关情 / 173
情感在姊妹饭里传递 / 174

四、查白歌节诉衷肠 / 176

纪念查郎与白妹 / 176
丰富的节日表情 / 176

五、插花节里情花香 / 178

咪依鲁和查列若的凄美爱情 / 178
插花自由，爱花自愿 / 179
遍插鲜花处处歌 / 179



物资交流“狂欢节”

一、花朝节：给花儿过生日 / 182

百花仙子的生日 / 182
赏红踏青的浪漫记忆 / 184
百花糕和百花酒 / 185

壮族“百花仙子节” / 186

花朝节的复活运动 / 187

二、泼水节：湿漉漉的快乐 / 187

泼水节来源于一种宗教仪式 / 187

泼水节是一个快乐召集令 / 188

丢包传情，播撒爱情种子 / 190

龙舟飞渡，赛出勇敢精神 / 190

舞出幸福的旋律 / 191

放“高升”装扮节日夜空 / 192

三、火把节：东方的狂欢节 / 192

火把节的三个传说 / 192

祭火：对火崇拜的永恒记忆 / 195

火把节上也有T型台 / 195

祭火台上的送火仪式 / 196

点燃火塘种“太阳” / 197

四、其他欢乐集会节日 / 197

踩山节：苗族的经贸交流会 / 197

斗牛节：斗的是勇敢，比的是快乐 / 198

大雾梁歌会：山上对歌，山下赶场 / 199

街心酒：哈尼族“最长的餐桌” / 200

第一章

辞旧迎新大过年

年，即现代意义上的春节，是中华民族最盛大的传统节日，它不仅承载了我们几千年的文化记忆，而且至今还给我们带来快乐、希望和祝福。小时候，我们盼望过年，年在我们心目中是那么神秘、美妙，仿佛三百六十多天积聚的期待，让一张年画、一副春联，抑或一串鞭炮、一束烟花瞬间激活。

随着时间车轮的“咯吱”声，日积月累的习俗让年的表情日渐丰富、可爱，年味儿也随着一个个习俗活动蔓延开来……



壹

年节食材里荡漾的年味儿



自古以来，“吃”一直是年节文化的一大主题，五豆饭、八宝粥、汤圆、饺子、年糕……每种食品里都包裹着幸福、吉祥的意味，人们将这些美好希冀一代代传承下来，年节的喜庆劲儿便从一道道饭菜中溢出来，徜徉心间……

五豆饭里的“爱恨情仇”

腊月初五的第一顿饭，就是吃“五豆”。家家如此，概莫能外，已形成一种既定的风俗习惯。

五豆饭的具体吃法，因食材条件而略有不同。传统做法是，在前一天晚上，取出五样豆子，如大豆、黄豆、绿豆、豌豆、豇豆等，先在清水中泡一夜，第二天早晨起床后，淘米煮粥，放进已泡好的五样豆子同煮，就熬成一锅丰盛的“五豆粥”了。吃五豆饭预示着米、豆丰收。还有俗语说：“吃了五豆就糊涂。”意思是，全年辛勤劳动，节俭过日，但到了过年时，要舍得花钱，过一个红红火火的年。

据说，五豆饭还和大文豪欧阳修颇有渊源。欧阳修自幼家贫但聪慧好学，曾在顺阳地区的破庙里靠卖诗文为生。一日，他上街卖诗，巧遇李员外女儿抛彩择婿，彩球不偏不倚地砸在了欧阳修的怀里。李小姐不惜与父亲决裂，毅然决然地在破庙里与欧阳修成了亲。

抱得佳人归，欧阳修开始有点飘飘然，不再那么用功了。李小姐看在眼里，对欧阳修进行了一番批评，并与其约定：欧阳修只管勤读诗书，钱财用度由李小姐全权负责。

此后，小两口各司其职，小日子过得倒也滋润。两人



每天必有一顿豆饭，即使是欧阳修诗文卖不出去的时候，豆饭也从没间断。日子久了，欧阳修不免生疑，但问过几次，李小姐都是敷衍搪塞。

几年后，京城开科，欧阳修想大展宏图，但恐无盘缠，日夜忧愁。不料，李小姐早就为其准备好盘缠，并在欧阳修的再三追问下道出了实情。原来，李小姐在破庙附近开垦了一块荒地，种了些瓜豆贴补家用，不仅小两口改善了伙食，还省出些钱来。

临行前，李小姐又用绿豆、黄豆、豇豆、蚕豆和豌豆做了一份五豆饭给欧阳修吃，告诫他不要忘记苦日子。

欧阳修进京一举得中，做了大官，逐渐开始贪图享受。腊月初五，李小姐让厨子做了一顿五豆饭，欧阳修一见，甚为光火。李小姐乘机说：“这是我让做的。绿豆绿，做官莫忘破庙里；黄豆黄，做官莫忘写文章；豇豆豇，做官莫忘瓜菜汤；蚕豆蚕，做官莫忘三更寒；豌豆豌，做官位高志莫短！”欧阳修幡然醒悟，从此，他为官清廉，关心百姓疾苦，终成大器。

后来，五豆饭逐渐被民间效仿，相沿成习。目前，腊月初五吃五豆饭的习俗只在陕西、甘肃一带继续沿袭，更多地方认为过年的第一个节令是腊八节。且因五豆饭和腊八粥虽名不同，但做法相近，且时间也相差无几，故而腊八节吃粥的习俗流传得更广些。

腊八粥的前世今生

腊月初八喝腊八粥的历史已有一千多年，古代很多诗词歌赋都有记载。宋朝陆游在《十二月八日步至西村》诗云：

腊月风和意已春，时因散策过吾邻。

草烟漠漠柴门里，牛迹重重野水滨。

多病所须唯药物，差科未动是闲人。

今朝佛粥更相馈，更觉江村节物新。

“腊月风和”、“佛粥相馈”，点出了腊日饮佛粥的习俗。腊八当天，不论是朝廷、官府、寺院还是黎民百姓家都要做腊八粥。到了清朝，喝腊八粥的风俗更是盛行。在宫廷，皇帝、皇

